

# Zink als Therapieoption bei Acne vulgaris

**Autor:** Christian Nork

Acne vulgaris ist die am weitesten verbreitete Hauterkrankung während der Adoleszenz und eine der häufigsten Diagnosen in der dermatologischen Praxis. Trotz ihres meist transitorischen Charakters geht sie mit einem hohen Leidensdruck einher, was die Notwendigkeit suffizienter Therapien unterstreicht. Die zusätzliche Aufnahme des für seine antiinflammatorischen, antiandrogenen und antimikrobiellen Eigenschaften bekannten Spurenelements Zink erwies sich in Studien als effektive Therapieoption.

**Studien zufolge weisen etwa 80 bis 90% aller Jugendlichen Läsionen durch Acne vulgaris auf, und bei etwa jedem Fünften von ihnen persistieren diese bis ins Erwachsenenalter.<sup>1</sup> Zwar variieren Schweregrad und Dauer der Erkrankung erheblich. Doch benötigen immerhin 15 bis 30 % der Betroffenen ärztliche Hilfe,<sup>2</sup> zumeist suchen sie dermatologische Praxen auf.<sup>3</sup>**

## Erhebliche psychosoziale Folgen

Akne manifestiert sich im Gesicht, aber auch am oberen Stamm. Bei schweren Verlaufsformen kann es

über die charakteristischen Komedonen, Pusteln und Papeln hinaus zur Bildung von Zysten, Fisteln und Abszessen sowie Narben und postinflammatorischen Hyperpigmentierungen kommen. Die kosmetischen Beeinträchtigungen und Schmerzen können einen hohen Leidensdruck verursachen und die Lebensqualität in gleichem Maße einschränken wie schwerwiegende Erkrankungen. Patientenbefragungen und Übersichtsarbeiten haben ergeben, dass die psychosozialen Folgen von Akne gerade für die zumeist jugendlichen und pubertierenden Patienten erheblich sind und von Depressionen bis hin zu Stigmatisierung



Kontrollpersonen.<sup>5</sup> Zudem zeigte sich eine umgekehrte Korrelation zwischen Zinkstatus und Ausmaß der Akneläsionen,<sup>6</sup> was auf einen ursächlichen Zusammenhang und möglichen therapeutischen Nutzen des Spurenelements schließen lässt.

### Wirkung von oralem Zink

Zink ist im menschlichen Organismus ubiquitär und als Bestandteil oder Kofaktor Hunderter Enzyme unter anderem für Immunfunktionen, Hormonstoffwechsel und Zellproliferation wichtig. Topische Zinkprodukte kommen seit Langem bei einer Vielzahl von Hauterkrankungen zum Einsatz, da sie gegen Propionibakterien wirken<sup>2</sup> und die Wundheilung unterstützen können. In einer Reihe von Studien wurden auch die Effekte von oral verabreichtem Zink untersucht. Dabei stellte sich heraus, dass entsprechende Supplemente Acne vulgaris lindern können. So zeigten sich in einer placebokontrollierten Versuchsreihe, in der die Teilnehmer hohe Zinkdosen (135 mg am Tag) erhielten, bereits nach vier Wochen sichtbare Verbesserungen des Hautbildes bei den Akne-Patienten. Nach zwölf Wochen war der angesetzte Akne-Score, der Anzahl und Art der Läsionen beschrieb, von 100 auf 15 % gesunken.<sup>7</sup> In einer weiteren randomisierten doppelblinden Studie wurde der Einfluss von 30 mg oralem Zink in Form von Zinkgluconat täglich auf Entzündungsparameter bei Acne vulgaris erforscht. Dabei erwies sich Zink als dem Placebo überlegen, was die beteiligten Wissenschaftler auf den Einfluss des Spurenelements auf Entzündungszellen – allen voran Granulozyten – zurückführten.<sup>8</sup> Zwar ist Zink laut Studienlage bei der Aknetherapie nicht ganz so effektiv wie Minocyclin,<sup>9</sup> hält aber offenbar dem Vergleich mit Oxytetracyclin<sup>10</sup> stand.

gen reichen.<sup>4</sup> Obwohl die Hauterkrankung die langfristige Gesundheitsprognose nicht beeinflusst, kommt der frühzeitigen medizinischen Intervention daher besondere Bedeutung zu – zumal sie entscheidend dazu beiträgt, bleibende Hautschädigungen zu verhindern.

### Hormonelle, genetische und nutritive Ursachen

Die Aknepathogenese ist ein multifaktorieller Prozess, in dem die in der Pubertät vermehrt produzierten Androgene die Hauptrolle spielen. Darüber hinaus scheint es eine genetische Prädisposition für die Hauterkrankung zu geben. Seborrhoe, prämenstruelle hormonelle Veränderungen, mentaler Stress sowie bestimmte Lebensmittel können die Akneentstehung vermutlich fördern.<sup>1</sup> Seit einiger Zeit rücken zudem Nährstoffdefizite zusehends in den Fokus des wissenschaftlichen Interesses. So hat sich beispielsweise in Studien herausgestellt, dass Aknepatienten niedrigere Serum-Zinkspiegel aufweisen als gesunde

### Vorteile gegenüber Antibiotika, Antiandrogenen und Retinoiden

Bei einer wachsenden Zahl von Bakterienstämmen – darunter *Propionibacterium acnes* – treten Resistenzen gegen bestimmte Antibiotika auf, was schon heute erhebliche Probleme mit sich bringt. In einer In-vitro- und In-vivo-Studie konnte Zink Resistenzen gegenüber Erythromycin reduzieren.<sup>11</sup> Tatsächlich könnte der vermehrte Gebrauch nichtantibiotischer Substanzen wie Zink der Ausbreitung von Resistenzen vorbeugen und gleichzeitig dazu beitragen, die Abhängigkeit von Antibiotika zu verringern.<sup>12</sup> Ein weiterer entscheidender Vorteil von Zink besteht in der, verglichen mit Antibiotika, Antiandrogenen und Retinoiden, weitaus besseren Verträglichkeit. Die orale Anwendung von Zink ist in den üblichen Dosierungsbereichen praktisch risikolos. Außerdem ist es im Gegensatz zu vielen anderen Arzneimitteln nicht teratogen und kann daher auch in der Schwangerschaft eingenommen werden. Gemäß der von der





Deutschen Dermatologischen Gesellschaft herausgegebenen Leitlinie zur Aknebehandlung kann der Einsatz von oralem Zink bei Unverträglichkeiten oder vorliegenden Kontraindikationen gegenüber den Standardtherapien sowie bei Frauen mit systemischen hormonellen Antiandrogenen bei mittelschwerer entzündlicher Akne erwogen werden.<sup>2</sup>

### Empfehlenswerte Dosierung und Einnahmedauer

Aufgrund seiner vielfältigen positiven Eigenschaften und guten Verträglichkeit eignet sich Zink zur „alternativen“ oder adjuvanten Therapie unterschiedlichster Hauterkrankungen.<sup>13</sup> Wie die „Nationale Verzehrsstudie II“, in der Ernährungsverhalten und Nährstoffzufuhr Tausender Deutscher untersucht wurden, offenbart hat, ist die alimentäre Zinkzufuhr weite Teile der Bevölkerung nicht optimal.<sup>14</sup> Zinkpräparate können die Versorgung verbessern. Empfehlenswert für Aknepatienten ist die Einnahme von 30 mg Zink in Form von Zinkgluconat täglich über

einen Zeitraum von mindestens drei Monaten. Hochwertige Zinkpräparate mit Zinkgluconat sind in der Apotheke in unterschiedlichen Dosierungen erhältlich (z. B. Zink Verla® 10 mg, Zink Verla® OTC 20 mg).

### Kontakt

#### Verla-Pharm Arzneimittel GmbH & Co. KG

Von-Kühlmann-Straße 7  
82327 Tutzing  
Tel.: 08158 257-261  
Fax: 08158 257-256  
melanie.hagn@verla.de  
www.verla.de

Literatur





# NATÜRLICH Restylane®

Umfassendes Portfolio an Hyaluron-Fillern, weltweit erhältlich!<sup>1</sup>



<sup>1</sup> Gemäß bei Galderma verfügbarer Daten:  
Restylane ist in über 80 Ländern verkehrsfähig.

Restylane Restylane  
SKINBOOSTERS™